

VIVIENDO TU PRESENTE

CONSTRUYENDO TU FUTURO



Ministerio de Educación,
Cultura, Ciencia y Tecnología



SALTA
GOBIERNO

Viviendo tu presente, construyendo tu futuro

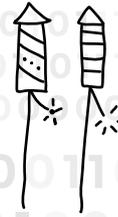
ESTIMADO ESTUDIANTE:



Estás terminando la secundaria y concluís una etapa importante de la vida. Pronto iniciarás otra nueva en la que tomarás importantes decisiones. Seguramente vas a plantearte objetivos para alcanzar metas a corto y mediano plazo, que serán un camino para concretar **tu propio proyecto de vida**. Quizás decidas continuar con estudios superiores, técnicos, oficios, terciarios, universitarios. Es por ello que queremos que recorras estas actividades como una pausa para profundizar en un autoconocimiento, tus habilidades, debilidades y fortalezas que serán parte del nuevo camino a transitar.



EL CAMINO DE LO NUEVO



Terminar el secundario implica tres grandes momentos:

1

Definir tu camino

enfocate en vos y en lo que quieres lograr, no vivas vidas ajenas, viví tu propia vida tratando de desarrollar

LA MEJOR VERSIÓN DE VOS MISMO!

2

Te toca elegir por vos

CONOCETE Y EXPLORÁ TU MUNDO INTERIOR

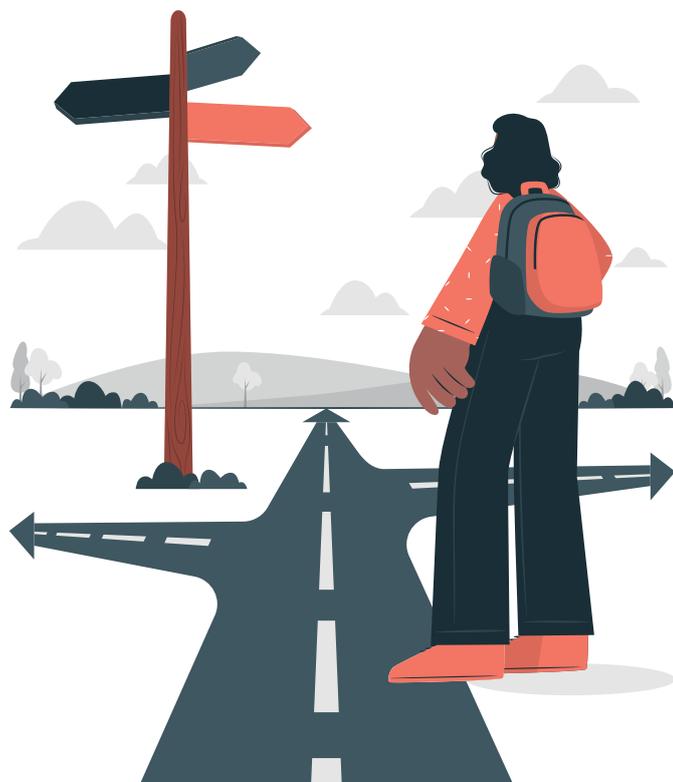
elegir tu camino, que va a ser único e irrepetible, en el que seguro vas a encontrarte con cosas que te gusten, te entusiasmen y otras que lo pongan difícil, aquellos obstáculos, frustraciones que exijan esfuerzos para mantenerte en el camino.

3

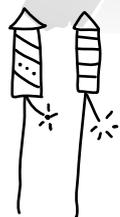
Aceptate y siempre mantenete en movimiento

En este nuevo sendero
**NO SE GANA NI SE PIERDE,
SE CAMINA Y SE APRENDE.**

Date el tiempo,
LA CLAVE ESTÁ EN CAMINAR.



DEFINÍ TU CAMINO



Tenés que preguntarte:

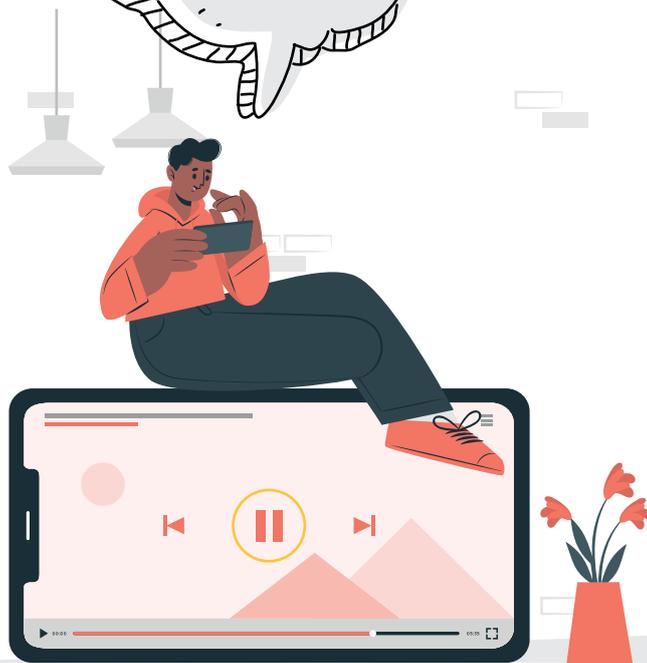
¿Para qué empezás esto?
¿Qué te gustaría lograr?

“
No existe un camino
sin piedras y, seguro
de ellas ¡también
aprenderás!

Hacé click en este link!

Mirá el video y reflexioná

<https://www.instagram.com/reel/Cj2nWrbv-bZ/?igshid=MTC4MmM1Yml2Ng>



- Mantené el foco en vos y lo que querés lograr, **SE OPTIMISTA. CAMINA HACIA TU OBJETIVO.**

- Tenés que **VIVIR TU PROPIA VIDA**, en tu circunstancia, no te compares, cada uno es único e irrepetible.



¡EXPLORÁ TU MUNDO INTERIOR!

-PARA ELEGIR-



Reconocé
cuáles son tus

fortalezas y desafíos:



Identificá y
hablá de tus

necesidades y sentimientos:



**Desarrollá una mentalidad
de crecimiento**

y aprendé de tus errores

Lo difícil se vuelve
tu poder, tu fortaleza.



Hay limitaciones pero **NO ESTÁS SOLO**,
siempre hay alguien.

Pedí ayuda cuando la necesites!



NO TE AISLES, buscá a tu alrededor
eso que estás necesitando:
amigos, familia, profesores...!



Date un tiempo para reflexionar
y **AUTOCONOCERTE**





Siempre con:

- RELACIONES POSITIVAS
- HÁBITOS SALUDABLES
- METAS

Mirá el video y reflexioná



NUNCA OLVIDES:

Reconocer las

necesidades y sentimientos

de otras personas:

Darte cuenta de cómo
tu comportamiento

afecta a los demás



Lo esencial no es ser mejor
que otros, **sino mejor que ayer.**



**El logro mas importante
es recorrer el camino!**



Con la sabiduría
de una vida sencilla



Con el disfrute de
las pequeñas cosas



Sabias que?...

Mientras más das, más recibís.

Estar disponible para el otro también
te hace caminar, es amor y servicio.

Mirá el video!





RECORDÁ SIEMPRE LAS 3 P

pasió**n**

Per**S**er**v**er**a**nc**i**a

paci**e**nc**i**a



Escaneá el QR!

Mirá el video!



ACEPTATE Y SIEMPRE

¡MANTENETE EN MOVIMIENTO!

EL CAMINO CUESTA
PERO ES DE UNO.



JUANSZELA

TAMBIÉN SOMOS LAS VECES
QUE PENSAMOS EN DEJAR Y SEGUIMOS.



JUANSZELA

IMAGEN: @JuanSzela

“Hacer lo posible hoy, para hacer
mañana lo que hoy es imposible” (Paulo Freire)
Reconocé tus límites para mejorar



Hacé click en este link!

y mirá que te dice una de las
personas mas perseverantes y
exitosas de hoy!



<https://www.instagram.com/reel/Cwqf1bVpSkx/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng>

PONETE METAS,

¡LAS METAS TE HACEN CAMINAR!

EL MEJOR CAMINO
ES EL QUE ESTÁ ATRAS DEL MIEDO.



Mirá el video!



<https://www.instagram.com/reel/Ct-gYLtZg-d5/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng>

IMAGEN: @JuanSzela

Acordate que no se gana ni se pierde:
¡se gana y se aprende!

RESUMIENDO



Mirá el video!



GUÍA OCUPACIONAL /VOCACIONAL

PARA ESTE NUEVO SENDERO QUE RECORRES

Explorar nuestro mundo interno es clave, es auto conocernos y es una habilidad importante que nos permite conectarnos con nuestros sentimientos, pensamientos y actos. Cuando las personas se conocen a sí mismas entienden sus fortalezas y desafíos, y saben qué los ayuda a progresar. Desarrollar la habilidad del autoconocimiento te permite:



Reconocer tus fortalezas y desafíos.

Entender y hablar de tus necesidades y sentimientos.

Reconocer las necesidades y sentimientos de otras personas.

Darte cuenta de cómo tu comportamiento afecta a los demás.

Desarrollar una mentalidad de crecimiento
y aprender de tus errores.



En esta parte tendrás una serie de actividades que te permitirán detenerte a pensar en aquello que alimenta tu mundo interno.

“Si yo no me ocupo de mí, ¿quién lo hará?
Y si me ocupo sólo de mí, ¿qué soy?
Y si no es ahora, ¿cuándo?”

Hilel El Sabio (Talmud)



ACTIVIDAD N°1



A continuación, señalá las palabras con las que te identificás hoy:



DEPENDIENTE • INDEPENDIENTE • TÍMIDO • TRANQUILO
INQUIETO • ALEGRE • TRISTE • DÉBIL • DEPRESIVO
RESPONSABLE • IRRESPONSABLE • JUICIOSO • CONFIADO
DESCONFIADO • ME FRUSTRO RÁPIDAMENTE • RESILIENTE
IMAGINATIVO • DECIDIDO • DESORDENADO • NERVIOSO
ALOCADO • IRRESPONSABLE • CRÍTICO • OBEDIENTE • SEGURO IN-
SEGURO • SOCIABLE • INTELIGENTE • SIMPÁTICO
OPTIMISTA • PESIMISTA • TORPE • ORDENADO • EGOÍSTA AGRESI-
VO • TRABAJADOR • EMPÁTICO • ANTIPÁTICO
SERVICIAL • CULPOSO • TOXICO • EXTROVERTIDO
• SENTIMENTAL • VIOLENTO • EGOCENTRISTA • REBELDE
HUMILDE • DEPORTISTA • PRÁCTICO • PACIFICO
EMPRENDEDOR • DESMOTIVADO • LIBRE • SENSIBLE
TOLERANTE • TERCO • PIOLA • RENCOROSO • PELEADOR



Para que puedas visualizarlas con mayor facilidad transcribilas aqui:

SOY:

.....

.....

¿Te identifican?

¿Agregarías alguna mas?

.....

¿En qué trabajarías para mejorar/cambiar?

.....

ACTIVIDAD N°2

Leé con actitud reflexiva acerca de los INTERESES. Decimos que nos interesa algo cuando nos agrada hacerlo. Ello es un buen indicador del futuro profesional- ocupacional, ya que orientan la dirección del esfuerzo y están relacionados con la satisfacción por la tarea realizada.

!!! REGISTRÁ TUS INTERESES!!!

¿Qué cosas te gustan?

¿Qué te produce curiosidad?

¿En qué cosas siempre te fijas y no te pasan desapercibidas?

De los temas que se hablan a tu alrededor, ¿a cuáles siempre pones atención?

¿Qué cosas te alcanza con escucharlas una sola vez y no te las olvidas más?

¿Qué cosas casi nunca te dan flojera hacerlas?

¿Qué tipo de pensamientos frecuentemente te vienen a vos cuando sueñas despierto/a?

¿Qué cosas son las que prefieres hacer?

Cuándo eliges los canales de televisión, ¿en qué tipo de programas te detienes?

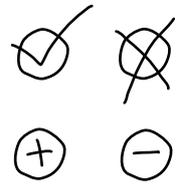
¿A qué tipo de cosas siempre recurres, puede que las deje por algún tiempo, pero siempre vuelves a ellas?



Tomate un tiempito para leer lo que respondiste: todo forma parte de vos!

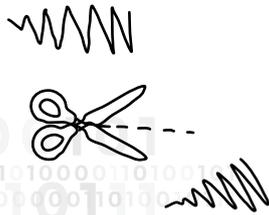
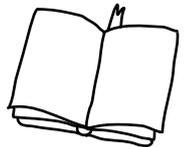


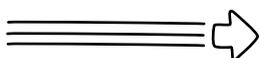
ACTIVIDAD N°3



Marcá con una cruz las materias que más te gustan:

MATERIAS	ME GUSTAN	NO ME GUSTAN	ME DA IGUAL
LENGUA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MATEMÁTICA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
HISTORIA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
GEOGRAFÍA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
BIOLOGÍA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FORMACIÓN ÉTICA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IDIOMAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FÍSICA/QUÍMICA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
INGLÉS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
OTRAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





ACTIVIDAD N°4

Reflexioná sobre tus

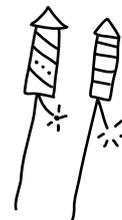
APTITUDES y HABILIDADES personales y responde:

		SIEMPRE	CASI SIEMPRE	AVECES	NUNCA
Comprensión verbal	Capacidad para entender información expresada verbalmente, conocer el significado de palabras y su uso social.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Razonamiento Numérico	Habilidad para manejar y utilizar números y relaciones matemáticas, rapidez en su manejo y resolución de problemas. Cálculo numérico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aptitud Espacial:	Capacidad para reconocer y ubicarme en el espacio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Razonamiento Mecánico	Capacidad para manejar objetos y comprender mecanismos (usar y arreglar).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Memoria:	Capacidad para retener o almacenar temporalmente y/o a largo plazo, información de carácter visual, auditiva, táctil, etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Concentración:	Capacidad para interesarme y atender a una acción o información determinada durante un tiempo relativamente largo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buena Percepción:	Rapidez de captación, es decir, la habilidad para identificar elementos y diferenciar detalles esenciales de no esenciales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Coordinación Visomotora:	Capacidad para realizar movimientos ojo-mano y ojo-pie sucesivos de forma precisa y coordinada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habilidad Manual:	Coordinación de movimientos que permite realizar una actividad con precisión y detalle. Capacidad para trabajar con las manos."	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rapidez Motora:	Capacidad para reaccionar o trabajar con movimientos de forma rápida y mantenida. Referido tanto a tareas que requieren el manejo rápido de las manos como del cuerpo."	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organización:	Es una cualidad. Control y manejo de datos y actividades de forma organizada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentido Artístico:	Sensibilidad hacia lo bello y original. Interés y comprensión de las manifestaciones y obras artísticas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Facilidad de Expresión:	Habilidad para expresarse de forma verbal y gestual de manera que resulte una persona fácil de entender. Amplitud de vocabulario y otras formas de comunicación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Facilidad para los idiomas:	Facilidad para los idiomas: interés y facilidad para comprender y utilizar las reglas de la gramática y fonética que rigen el idioma extranjero tanto de forma oral como escrita.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Razonamiento abstracto:	Capacidad para resolver problemas lógicos, de razonamiento y análisis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al terminar, observa tus respuestas para reconocer con cuanta frecuencia aparecen todas estas habilidades y aptitudes. Muchas veces estas habilidades/aptitudes tienen una relación con tus gustos (Actividad N°3) y eso indica que tanto tus intereses como la capacidad para desarrollarlos están encaminadas; en otros casos, cuando tus gustos no están en conexión con tus aptitudes y habilidades es importante que puedas trabajar en ello, para refoezar esta conexión, enfocándote en lo que quieres lograr.

Quisiera en un futuro:



Es importante que pienses y decidas sobre tu **Proyecto de Vida**, tu futuro. Las preguntas que están en el recuadro te orientarán sobre tu decisión:

LO QUE QUIERO LOGRAR	¿PARA QUE LO QUIERO?	¿CÓMO LO VOY A LOGRAR?
A cartoon illustration of a man with dark hair and a red jacket sitting at a desk with a laptop. He has a thoughtful expression, with his hand to his chin. Above his head is a glowing lightbulb with radiating lines, symbolizing an idea. Two blue arrows point from the first and second columns towards the third column.		

A través de todas estas actividades hemos deseado generar un espacio para que te conozcas más a vos mismo y acompañarte en el proceso de construcción de tu proyecto de Vida; en el que tendrás que transitar y afrontar dificultades para alcanzar los objetivos y metas que te propongas.

La clave está en mantenerte en movimiento... ¡Adelante!

TU FUTURO



1

Ingresar al mundo laboral

Continuar con un trabajo familiar

Conocé la oferta provincial:

<https://entedesarrollosalta.gob.ar/>

2

CONTINUAR CON ESTUDIOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Conocé los cursos disponibles en este link!

<https://me-qr.com/es/mobile/pdf/17612792>



3

ESTUDIOS TERCARIOS

TECNICATURA: Los institutos terciarios ofrecen formación técnica en diferentes áreas profesionales (empresa, tecnología, salud, artes, ciencias, deportes, etc.)

PROFESORADO TERCARIO:

Es el título que habilita a dictar clases en los niveles secundario y terciario. Se cursan materias pedagógicas y materias propias de cada disciplina.

Los institutos de formación docente preparan para el trabajo de maestro/a.

4

ESTUDIOS UNIVERSITARIOS O DE GRADO

Tecnicatura

Carrera de educación superior universitaria de tres años.

Licenciatura

Carrera universitaria de más de tres años.

Título académico de grado, específico de carrera, ejemplo ingeniería, medicina, abogacía, psicología, etc.

Conocé la oferta provincial:

<https://upateco.edu.ar/>



Profesorado Universitario

Carrera universitaria de cinco años y algunas ofrecen la posibilidad de cursar un ciclo de materias pedagógicas y recibir así, además del título de grado (licenciatura, ingeniería, etc.) un título de profesorado de nivel universitario, que habilita a dictar clases en escuelas secundarias e institutos terciarios.

IMPORTANTE

Existen becas provinciales y nacionales que podrían ayudarte a que continúes tus estudios superiores:

becassalta@gmail.com
argentina.gob.ar

